

PRZEDSZKOLE NR 12
JADŁOSPIS
01.09.2026 – 14.09.2026

DATA	ŚNIADANIE	OBIAD	
01.09.26 wtorek	Pieczywo mieszane¹(70g) z masłem⁷(5g) , pasta twarogowo- bazyliowa⁷(200ml) , świeża warzywa, herbata/ kakao⁷(200ml)	Kapuśniak z młodej kapusty⁹(235ml) , ziemniaki(130g), mielone(80g) , surówka z marchewki i jabłka(80g), woda	Koktajl truskawkowy na kefirze⁷
02.09.26 środa	Pieczywo pełnoziarniste¹(70g) z humusem⁷(5g) , świeża warzywa (20g), napar z rumianku/napój roślinny ⁷ (200ml)	Zupa jarzynowa na wywarze warzywnym⁹ (235ml), kasza bulgur(130g) , pulpety wegańskie(80g) , cukinia(80g), woda	Jogurt Vege, jabłko, gruszka
03.09.26 czwartek	Pieczywo mieszane¹, (70g) z masłem³(5g) , schab pieczony- wyrób własny(20g) , świeże warzywa, herbata/ kawa zbożowa z mlekiem⁷(200ml)	Rosół z makaronem⁹(235ml) , kurczak gotowany(80g), ryż (130g), marchew na parze z sezamem(80g), woda	Śliwki pod pierzynką
04.09.26 piątek	Pieczywo mieszane¹(5g) , pasta jajeczna³ , świeże warzywa, herbata/kawa zbożowa z mlekiem ⁷ (200ml)	Zupa kalafiorowa na wywarze warzywnym⁹((235g) , ziemniaki gotowane(130g), dorsz z pieca⁴(80g) , surówka z kiszonej kapusty (80g), woda	Jogurt naturalny⁷, arbuz
07.09.26 poniedziałek	Pieczywo mieszane⁷(5g) , owsianka na mleku ⁷ , mus truskawkowy, herbata 200ml	Krem porowy na wywarze warzywnym⁹((235g) , makaron pełnoziarnisty z sosem pomidorowym zagęszczony czerwoną soczewicą(235g) , kompot owocowy bez dodatku cukru	Jogurt naturalny z malinami⁷
08.09.26 wtorek	Pieczywo mieszane¹(70g) z masłem⁷(5g) pasta mięsna- wyrób własny, świeże warzywa ⁷ (200ml), herbata/ kawa zbożowa⁷(200ml)	Zupa pomidorowa na wywarze mięsnym z makaronem⁹(235g) , ziemniaki¹(130g) , filet drobiowy(80g) , surówka wielowarzywna(80g), woda	Kisiel truskawkowy – wyrób własny
09.09.26 środa	Pieczywo wieloziarniste¹, pasta z awokado⁷(70g) , napar miętowy/napój roślinny200ml	Zupa z soczewicy na wywarze warzywnym z grzankami razowymi⁹(235g) , ryż jaśminowy(130g) , wegańskie curry z ciecierzycą(80g), brukselka(80g), woda	Mus owocowo – warzywny, wafle orkiszowe
10.09.26 czwartek	Pieczywo mieszane¹(70g) z masłem³(5g) , wędlina drobiowa, (20g), świeże warzywa, herbata/ kawa zbożowa z mlekiem⁷(200ml)	Zupa ogórkowa na wywarze mięsnym ⁹(235g) , gulasz z karkówki(80g), klusieczki śląskie¹(130g) , buraczki gotowane(80g), woda	Ciasto marchewkowe^{1,3} – wyrób własny
11.09.26 piątek	Pieczywo mieszane z masłem⁷(5g) , pasta warzywna ⁹ , ogórek, herbata/mleko ⁷ (200ml)	Zupa owocowa⁹(235g) ,ziemniaki(80g), filet rybny z pieca⁴(80g) , kapusta kwaszona(80g) woda	Jogurt owocowy⁷, jabłko
14.09.26 poniedziałek	Pieczywo mieszane¹(70g) z masłem³(5g) , miód, płatki wieloziarniste na mleku⁷ , herbata (200ml)	Zupa brokułowa na wywarze warzywnym⁹(235g) , naleśniki z mąki owsianej z twarogiem śmietankowym⁷(235g) , woda	Kanapka¹ z masłem⁷, pomidor, ogórek, rzodkiewka, herbata miętowa

Dla dzieci z dietą bezmleczną podawane są zamienniki mleka – (wytuszczony druk)
Dla dzieci z dietą bezglutenową podawane jest pieczywo i produkty, które nie zawierają glutenu (wytuszczony druk)
Na salach dostępna jest jodowana woda do picia Bonart.
Jadłospis może ulec zmianie z przyczyn od nas niezależnych

Szef kuchni
Barbara Walczak

Intendent
Beata Wojciechowska

Dyrektor
Izabela Hirsza